



**RINGKASAN SKRIPSI**

**PERBEDAAN *HARDINESS* DAN STRATEGI *COPING*  
DITINJAU DARI JENIS KELAMIN PADA MAHASISWA  
TINGKAT AKHIR DI UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR**

**Hamzah S  
1171040018**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR  
MAKASSAR  
2015**

**PERBEDAAN *HARDINESS* DAN STRATEGI *COPING* DITINJAU DARI  
JENIS KELAMIN PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI  
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR**

***Hamzah.S*  
*Ahmad*  
*Dian Novita Siswanti***

*Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar  
Jl. A. P. Pettarani, Makassar, 90222*

**Abstrak**

Pengerjaan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir rentan mengalami stress pemilihan strategi *coping* yang tepat menentukan keberhasilan mahasiswa dalam mengerjakan skripsi selain itu diperlukan kepribadian *hardiness* sehingga mahasiswa menunjukkan orientasi yang optimis terhadap hal-hal yang menyebabkan stress, namun kenyataannya pada mahasiswa tingkat akhir banyak tersendat dalam menyusun skripsi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan *hardiness* dan strategi *coping* ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa tingkat akhir di UNM. Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *accidental sampling* dengan jumlah responden sebanyak 360 mahasiswa. Instrumen penelitian ini diukur dengan menggunakan skala *hardiness* dan strategi *coping*. Data penelitian dianalisis dengan menggunakan komparasi *Mann Withney U Test* dengan bantuan SPSS 21.0 *for Windows*. Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan *hardiness* dan strategi *coping* PFC dan EFC ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa tingkat akhir di UNM. *Hardiness* pada mahasiswa tingkat akhir berada dalam kategori sedang dan strategi *coping* yang digunakan cenderung menggunakan EFC.

**Kata kunci:** *Hardiness, Starategi Coping*

**PENDAHULUAN**

Mahasiswa yang sedang menenmpuh pendidikan di perguruan tinggi dituntut untuk menyelesaikan studi dalam jangka waktu yang telah ditentukan. Tuntutan tersebut dapat berasal dari institusi akademik, tuntutan orangtua yang ingin segera melihat anaknya memperoleh gelar yang dapat dibanggakan, tuntutan biaya dari perguruan tinggi, teman-teman, dosen, maupun keinginan dari

diri sendiri. Tuntutan ataupun keinginan tersebut akan mempengaruhi sikap mahasiswa dalam menyelesaikan studi sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan. Namun, pada kenyataannya mahasiswa mengalami tantangan dan hambatan dalam proses penyelesaian masa studi. Hambatan tersebut meliputi rasa malas, adanya mis-komunikasi dengan dosen pembimbing, kesulitan memperoleh

referensi, kurangnya sarana dan prasarana, kurangnya dukungan, ketidakmampuan mengatur waktu, serta adanya aktivitas lain seperti bekerja paruh waktu.

Mahasiswa yang merasa terbebani dan tidak tenang dalam pengerjaan skripsi akan mengalami stres. Agus Hardjana (Andarini dan Fatma, 2013) menjelaskan bahwa stres merupakan pengalaman pribadi, subyektif dan perorangan. Stres yang terjadi pada individu ada yang bersifat positif dan negatif. Stres yang bersifat negatif adalah stres yang merusak dan merugikan bagi individu, yang kemudian disebut *distres*. Stres yang bersifat negatif dapat menjadikan mahasiswa malas mengerjakan skripsi, kehilangan motivasi, menunda pengerjaan skripsi, sampai memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsi.

Melisa (2012) menjelaskan bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi rentan mengalami stres. Stres tersebut berdampak pada aspek fisik dan aspek fisiologis, seperti hilangnya nafsu makan, cemas yang berlebihan, dan suka melanggar norma. Faktor-faktor tersebut mempengaruhi proses pengerjaan skripsi mahasiswa yang mengakibatkan tubuh mereka mengaktifkan respon untuk melawan dan menghindari, membuat mahasiswa mengeluarkan banyak energi yang menyebabkan kelelahan, baik secara mental maupun fisik, hal ini dapat menimbulkan stres yang membuat mahasiswa melakukan prokrastinasi. Perilaku prokrastinasi akademik yang muncul pada mahasiswa berupa penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, dan kesenjangan

waktu antara rencana dan kinerja aktual.

Taylor (2009) menjelaskan bahwa *coping* yang dilakukan tiap mahasiswa berbeda-beda, ada yang menggunakan *Problem Focused Coping* (PFC) yang dapat dilakukan dengan cara menghadapi masalah yang menjadi penyebab timbulnya stres secara langsung dan ada juga yang menggunakan *Emotional Focused Coping* (EFC) yang lebih mengarah pada usaha untuk mempertahankan keseimbangan afeksinya dengan mengatur respon emosional terhadap stresor agar mahasiswa tersebut merasa lebih baik. Penelitian yang dilakukan oleh Struthers, Perry dan Menec (2000) menjelaskan bahwa pada 203 mahasiswa menunjukkan bahwa perilaku *coping* individu yang berorientasi pada *problem focused coping* (PFC) dan *emotional focused coping* (EFC) mempengaruhi manajemen stres individu, dan ditemukan pula bahwa terdapat hubungan antara *coping* stres dengan motivasi belajar. Individu yang dapat mengatasi stres lebih mudah dalam belajar sehingga prestasi akademik jauh lebih meningkat. Shankland, Genolini, Frangka, Guelfi dan Ionescu (Rachmah, 2013) menjelaskan bahwa individu yang mampu mengatasi berbagai tuntutan sebagai mahasiswa di perguruan tinggi menunjukkan kurangnya kecemasan, rendahnya gejala depresi, kepuasan hidup yang lebih besar dan prestasi akademik yang lebih baik.

Penelitian yang dilakukan oleh Gianakos (2002) pada 208 orang yang terdiri dari 154 laki-laki dan 54 perempuan yang keseluruhan partisipan berlatar belakang kelas pekerja, menunjukkan bahwa laki-laki

lebih cenderung untuk meminimum minuman keras sebagai bentuk *coping* yang digunakan, sedangkan pada perempuan menggunakan strategi penyelesaian masalah secara langsung. Nelson dan Debra (2002) menjelaskan bahwa PFC mengurangi tekanan emosional dan berhubungan negatif dengan depresi, sedangkan EFC meningkatkan tekanan emosional dan berhubungan positif dengan depresi. Laki-laki cenderung menggunakan strategi *coping* PFC yang meliputi perencanaan, merasionalisasi tindakan, berpikir positif dan gigih, adaptasi diri, dan pengembangan diri. Sebaliknya perempuan lebih menggunakan strategi *coping* EFC meliputi menyalahkan diri sendiri, dan penuh harap.

Penelitian yang dilakukan oleh Brougham, Zail, Mendoza dan Miller (2009) pada mahasiswa dengan jumlah subjek 166 masing-masing terdiri dari 70 subjek laki-laki dan 96 subjek perempuan, hasil menunjukkan bahwa perempuan lebih tinggi tingkat stresnya dibandingkan laki-laki. Penggunaan strategi *coping* yang digunakan adalah EFC. Namun studi ini juga menunjukkan bahwa strategi *coping* EFC yang digunakan oleh laki-laki dan perempuan didominasi strategi pemecahan masalah.

Vogt, Rizvi, Shipherd dan Resick (2008) menjelaskan bahwa *hardiness* sebagai konstruksi kepribadian yang merefleksikan sebuah orientasi yang lebih optimistis terhadap hal-hal yang menyebabkan stres. Ganellen, Ronald dan Paul, (1984) mengemukakan bahwa *hardiness* menjadi pertimbangan sebagai suatu bentuk sikap mental yang dapat mengurangi efek stres secara fisik maupun mental pada individu.

Nowack (Sari, 2013) menjelaskan bahwa pada dasarnya terdapat dukungan gaya *coping*, *hardiness*, dan status kesehatan pada subjek pekerja profesional, temuan ini membuktikan bahwa gaya *coping* dan *hardiness* memiliki pengaruh dalam status kesehatan individu, sehingga dapat disimpulkan bahwa gaya *coping* dan *hardiness* menjadi prediktor dan saling mempengaruhi dalam melihat kesehatan individu. Shepperd dan Kashani (1991) menemukan bahwa 150 remaja masing-masing 50% laki-laki dan 50% perempuan menunjukkan laki-laki stresnya lebih rendah dalam beberapa gejala fisik dan psikologis, namun terlepas dari aspek komitmen dan kontrol, laki-laki lebih rentan stres dikarenakan lebih banyak menemukan masalah dalam kehidupannya. Sementara perempuan tidak berpengaruh dengan stres dalam hal memprediksi kesehatan. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa perempuan lebih tinggi komitmennya dalam menghadapi stres.

Berdasarkan hasil penelitian dan fenomena tersebut membuat peneliti tertarik untuk membedakan *hardiness* dan pemilihan strategi *coping* pada laki-laki dan perempuan terkhusus pada mahasiswa tingkat akhir.

## TELAAH PUSTAKA

### A. *Hardiness*

Kobasa (1982) menjelaskan bahwa *hardiness* merupakan konstelasi kepribadian individu yang menguntungkan untuk menghadapi stresor dalam kehidupan sehari-hari. Santrock (1995) menjelaskan bahwa *hardiness* merupakan gaya kepribadian individu yang dikarakteristikan oleh

aspek komitmen, pengendalian, dan persepsi terhadap masalah-masalah sebagai tantangan. Schultz dan Schultz (2002) menjelaskan bahwa individu yang memiliki tingkat *hardiness* yang tinggi memiliki sikap yang membuat individu lebih mampu melawan persepsi yang subjektif. Sedangkan individu yang memiliki *hardiness* rendah memiliki ketidaknyakinan akan kemampuan dalam mengendalikan situasi.

Bartone dan Priest (2001) menjelaskan bahwa *hardiness* laki-laki memiliki hubungan dengan hasil kinerja, sedangkan *hardiness* perempuan memiliki hubungan dengan kesehatan. Shepperd dan Khasani (1991) menjelaskan bahwa laki-laki dan perempuan tidak menunjukkan adanya perbedaan dalam komponen *hardiness* dengan pengecualian bahwa perempuan menunjukkan tingkat komitmen lebih tinggi dari pada laki-laki. Laki-laki lebih kuat dibandingkan perempuan, selain itu tidak terdapat perbedaan *hardiness* ditinjau dari perbedaan tingkat stress, meskipun hasil penelitian melaporkan bahwa laki-laki dan perempuan menunjukkan tingkat stress yang berbeda. Namun perbedaan tersebut sangatlah kecil sehingga tidak dapat menjelaskan hubungan antara komponen *hardiness* dan tingkat stress. Kaur (2011) menjelaskan bahwa pada dasarnya laki-laki dan perempuan tidak memiliki perbedaan *hardiness* hanya saja *hardiness* pada laki-laki dan perempuan menunjukkan komitmen yang sama, laki-laki menunjukkan sikap kontrol yang lebih baik dibandingkan perempuan, begitupun aspek tantangan cenderung lebih kuat yang dirasakan oleh laki-laki dibandingkan perempuan. Soderstrom, Dolbier Leiferman dan Steinhardt

(2000) menjelaskan bahwa perbedaan *hardiness* ditinjau dari perbedaan jenis kelamin tidak konsisten, perbedaan *hardiness* dikarenakan perbedaan strategi *coping* yang digunakan laki-laki maupun perempuan. Laki-laki cenderung menggunakan strategi *coping* PFC yang menunjukkan tingkat *hardiness* lebih tinggi dibandingkan perempuan dengan tingkat *hardiness* yang rendah dikarenakan penggunaan strategi *coping* mengarah pada EFC.

Hal tersebut didukung oleh Wiebe dan Williams (Soderstrom, Dolbier Leiferman, & Steinhardt, 2000) menjelaskan bahwa laki-laki dan perempuan menggunakan strategi *coping* yang berbeda dalam menghadapi situasi stres. Berdasarkan teori yang tersebut menunjukkan bahwa laki-laki cenderung menggunakan strategi *coping* PFC dalam menghadapi situasi stres sehingga *hardiness* laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan yang *hardiness*nya rendah dikarenakan strategi *coping* yang digunakan dalam menghadapi situasi stress mengarah pada penggunaan strategi *coping* EFC. Hasil pembahasan diatas peneliti menyimpulkan bahwa *hardiness* merupakan kepribadian yang melekat pada diri individu sebagai upaya menghadapi stres yang didalamnya terdapat aspek komitmen, kontrol dan tantangan

Kobasa (1982) menjelaskan bahwa terdapat beberapa aspek yang menyusun kepribadian *hardiness* sebagai berikut:

#### 1. Kontrol

Kontrol merupakan kecendrungan untuk percaya bahwa individu dapat merubah keadaan. Kobasa, Maddi dan Khan (1982) mengemukakan bahwa kontrol individu dapat diukur melalui

setiap kejadian yang dilewati individu. Kontrol juga termasuk didalamnya adalah tanggung jawab yang cenderung untuk menerima dan percaya bahwa individu dapat mengontrol dan mempengaruhi suatu kejadian dengan pengalaman ketika berhadapan dengan hal-hal yang tidak terduga, individu dengan kontrol yang tinggi memiliki keterampilan untuk mengatasi masalah dengan respon yang tepat. Individu yang memiliki kontrol yang tinggi akan lebih optimistis dengan hal-hal yang diluar diri. Adapun individu yang terasis biasanya mudah bosan terhadap tugas-tugas yang harus dikerjakan oleh individu tersebut. Individu merasa tidak berarti dan selanjutnya menarik diri.

## 2. Komitmen

Komitmen merupakan proses bagi individu untuk terlibat langsung dalam berbagai aktivitas, dan kejadian dalam kehidupannya. Individu yang memiliki komitmen kuat mudah tertarik dan terlibat secara tulus dalam keadalam apapun yang sedang dikerjakan. Memiliki perasaan yang wajar akan menuntutnya untuk mengidentifikasi dan memberikan arti pada setiap kejadian dan segala sesuatu yang ada dilingkungannya.

## 3. Tantangan

Tantangan adalah kecendrungan untuk memandang suatu perubahan dalam hidupnya sebagai sesuatu yang wajar dan dapat mengantisipasi perubahan tersebut sebagai stimulus yang sangat berguna, bagi perkembangan diri individu. Individu yang memiliki karakter tantangan cenderung memandang hidup sebagai suatu tantangan yang menyenangkan dan dinamis, serta mempunyai kemauan untuk maju.

## B. Strategi *Coping*

Baron dan Byrne (2004) menjelaskan bahwa *coping* merupakan bentuk respon yang diberikan individu dalam mengatasi masalah, respon yang diberikan didasarkan pada apa yang dirasakan dan dipikirkan sebagai upaya untuk mengontrol, mentolerir dan mengurangi efek negatif dari masalah yang dihadapi. Taylor (2009) menjelaskan bahwa *coping* merupakan bagian bentuk perilaku atau hasil pemikiran yang digunakan sebagai upaya dalam mengontrol tuntutan internal dan eksternal yang diperoleh dari situasi yang menekan.

## C. Klasifikasi dan Bentuk *Coping*

Folkman dan Lazarus (Sarafino, 1998) secara umum membedakan bentuk dan fungsi *coping* dalam dua klasifikasi yaitu:

### 1. Problem Focused *Coping* (PFC)

Bentuk *coping* stres yang terarah pada upaya dalam mengurangi tekanan yang dihadapi pada situasi yang penuh dengan tekanan, dengan kata lain penggunaan *coping* yang terfokus pada masalah sebagai bentuk upaya dalam mengatasi stres dengan cara mempelajari cara atau keterampilan yang relatif baru. Penggunaan strategi *coping* ini digunakan ketika individu memiliki keyakinan bahwa tuntutan dari situasi yang dihadapi dapat diubah.

Lazarus (Aldwin dan Revenson 1987) menjelaskan bahwa aspek yang menunjukkan strategi yang berorientasi pada *problem focus coping* yaitu:

#### a. *Cautiousness* atau kehati-hatian

Individu bersikap hati-hati sebelum memutuskan sesuatu dan tidak terburu-buru dalam menyelesaikan masalah, melainkan dengan memikirkan dan mempertimbangkan secara matang

beberapa alternatif pemecahan masalah yang mungkin, meminta pendapat orang lain, dan mengevaluasi strategi yang pernah digunakan.

- a. *Instrumental action* atau tindakan secara langsung

Individu melakukan tindakan yang mengarah pada penyelesaian secara langsung, serta menyusun rencana mengenai langkah-langkah yang akan dilakukan.

- b. *Negotiation* atau negosiasi

Individu menghadapi masalah dengan cara negosiasi dan berkompromi dengan situasi yang dianggap mempunyai sisi positif terhadap pemecahan masalah atau mendekati orang lain yang terlibat atau merupakan penyebab masalah yang sedang dihadapi, untuk ikut serta memikirkan dan menyelesaikan masalah.

## 2. Emotion Focused Coping(EFC)

EFC merupakan bentuk *coping* yang terarah pada pengaturan respon emosional terhadap situasi yang menekan. Pendekatan yang digunakan jika menggunakan bentuk EFC meliputi behavioral dan kognitif. Penggunaan keduanya berbeda jika pendekatan behavioral meliputi penggunaan zat adiktif, narkoba, alkohol, mencari dukungan emosional atau mengikuti kegiatan yang dapat mengalihkan perhatian individu dari masalah yang dihadapi. Berbeda dengan pendekatan kognitif yang melibatkan fungsi kognitif dalam menyelesaikan masalah, individu yang menggunakan pendekatan ini menggunakan redefine terhadap situasi yang menekan, seperti membuat perbandingan dengan individu lain yang mengalami situasi negatif dan

melihat situasi yang positif diluar dari masalah. Individu cenderung menggunakan strategi ini dikarenakan lebih efisien atau sedikit perubahan untuk mengubah kondisi yang menekan. Berikut ini aspek yang menyusun strategi *coping* EFC:

- a. *Escapism* atau pelarian diri dari masalah

Individu tidak menghadapi masalah secara langsung, melainkan menghindari masalah yang ada dengan melakukan pelarian emosi, berfantasi, membayangkan situasi yang lebih menyenangkan atau makan, tidur, merokok secara berlebihan.

- b. *Minimalization* atau pengurangan beban masalah

Individu menganggap seakan-akan masalah yang dihadapi jauh lebih ringan, atau sengaja mengacuhkan dan mendiamkan masalah atau bahkan menganggap seolah-olah tidak ada masalah, bersikap pasrah dan tidak memperdulikan lingkungan.

- c. *Self blame* atau menyalahkan diri sendiri

Individu menghadapi masalah dengan menyalahkan dan menghukum diri sendiri serta menyesali apa yang sudah terjadi.

- d. *Seeking meaning* atau mencari arti
- Individu menghadapi masalah dengan mencari makna kegagalan yang dialaminya melalui kepercayaan atau nilai-nilai yang dianutnya, disamping melakukan argumentasi atau pembenaran.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa individu yang menggunakan strategi *coping* PFC memilih tindakan yang sifatnya menyelesaikan masalah yang dihadapi secara langsung hingga tuntas sehingga

individu mampu terbebas dari masalah yang dihadapi, berbeda dengan strategi *coping* EFC yang dilakukan individu dengan melakukan reaksi emosional terhadap stresor yang dihadapi sehingga masalah yang dihadapi tidak terselesaikan dengan tuntas melainkan efek yang ditimbulkan bersifat sementara.

#### **D. Perbedaan *Hardiness* dan Strategi *Coping* ditinjau dari Jenis Kelamin**

Mahasiswa sebagai SDM yang nantinya akan terjun dimasyarakat menjalankan fungsi sosialnya sebagai agen perubahan akan dihadapkan pada berbagai tuntutan dan peran sosial yang akan diemban oleh karena itu mahasiswa harus mampu memiliki kompetensi yang berkualitas, daya saing, *hardiness* dan strategi *coping* dalam berbagi masalah yang ditemui. Hal ini sesuai yang di ungkapkan oleh Maddi (2013) menjelaskan bahwa *hardiness* merupakan kepribadian yang berkembang sejak dini, relatif stabil sepanjang waktu, dan berfungsi sebagai sumber kekuatan yang memberikan kemampuan bagi individu untuk bertahan dalam kondisi yang kurang menguntungkan dan termasuk diantaranya adalah peristiwa yang dirasakan penuh tekanan bagi individu. Lazarus dan Folkman (1984) menjelaskan bahwa individu yang memiliki tingkat *hardiness* yang tinggi cenderung lebih dapat mempertahankan kesehatan dalam situasi yang penuh dengan tekanan. Ketika menghadapi tantangan dan saat yang sulit dalam hidup, individu yang memiliki tingkat *hardiness* yang tinggi akan mempunyai keadaan fisik dan mental yang lebih sehat karena mempunyai penilaian yang lebih positif terhadap stresor yang dihadapi, dan

tetap bertahan untuk membuat kemajuan dalam situasi yang negatif sekalipun.

Kaur (2011) menjelaskan bahwa *hardiness* untuk membedakan individu dalam ketahanan menghadapi stres yang meliputi konstelasi tiga faktor yang saling terkait kontrol, komitmen, dan tantangan. *Hardiness* untuk melindungi terhadap efek negatif dari stres dengan mempengaruhi penilaian dan proses *coping* yang digunakan individu. Individu yang memiliki *hardiness* menggunakan *transformational coping* saat menghadapi situasi yang penuh tekanan yaitu dengan mengubah kognisi dan tingkah laku. Tujuannya adalah untuk menyelesaikan masalah dengan merekonstruksi pikiran individu kembali kepemikiran yang positif, memperluas perspektif, mencoba memahami sebaik mungkin, menentukan tindakan yang akan diambil, dan mencari dukungan emosional. Individu yang memiliki tingkat *hardiness* yang rendah cenderung menggunakan regresif *coping*, seperti menghindari kognisi dan reaksi tingkah laku individu terhadap peristiwa yang penuh tekanan. Perbedaan gaya *coping* ini menyebabkan individu yang *hardiness* lebih dapat bertahan dalam situasi yang penuh tekanan dibandingkan individu yang kurang *hardiness*. Puspasari (Sari, 2013) menjelaskan bahwa *hardiness* juga diperlihatkan dengan mengasosiasikan semangat yang ada pada individu dengan strategi (*Problem Focused Coping*) PFC dan (*Emotional Focused Coping*) EFC untuk mengatasi peristiwa-peristiwa yang penuh dengan stres, mekanisme tersebut termasuk upaya-upaya untuk mengurangi jumlah pengalaman



psikologis yang penuh stres dan untuk mendukung terciptanya kepribadian yang sehat pada individu dalam waktu yang lama. Billing dan Moss (Sari, 2013) menjelaskan bahwa individu yang cenderung menggunakan PFC dalam mengatasi situasi stres tertentu, menunjukkan tingkat depresi yang lebih rendah baik selama dan setelah situasi stres. Sudah tentu individu yang depresinya lebih kecil akan merasa mudah menggunakan PFC. Penelitian jangka panjang menunjukkan bahwa strategi *coping* PFC dapat menimbulkan periode depresi yang lebih singkat, walaupun jika memperhitungkan tingkat depresi awal. Selain itu terapi yang mengajar individu depresi untuk menggunakan strategi terfokus masalah adalah efektif dalam membantu individu mengatasi depresinya dan bereaksi secara lebih adaptif terhadap stresor oleh Nezo, Nezu dan Perri (Sari, 2013). Individu yang memiliki kepribadian *hardiness* akan lebih tahan, optimis dan positif dalam menghadapi setiap permasalahan ataupun stresor. Kepribadian *hardiness* akan mempengaruhi bagaimana individu dalam menghadapi dan menyelesaikan setiap persoalan ataupun masalah yang dihadapi. Kepribadian *hardiness* akan cenderung melihat masalah sebagai suatu tantangan yang harus segera diselesaikan dan dihadapi. Hal ini akan membuat individu cenderung untuk tidak menunda-nunda dalam menyelesaikan masalah, sehingga berusaha untuk menyelesaikan masalah secara langsung.

## METODE PENELITIAN

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *Hardiness* merupakan serangkaian sifat yang menggambarkan pola pikir, perasaan dan tindakan individu untuk dapat menyesuaikan diri, percaya diri, tidak mudah menyerah dan memandang positif setiap situasi yang dianggap penuh dengan stres dan tekanan.

Variabel bebas lainnya dalam penelitian ini adalah 2. *Strategi Coping* merupakan upaya atau serangkaian tindakan yang dilakukan oleh individu dalam menghadapi situasi yang menimbulkan stres untuk menurunkan atau menghilangkan stres

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir di Universitas Negeri Makassar yang terdiri dari 9 fakultas dengan jumlah 4.114 mahasiswa yang terdaftar di BAAK Universitas Negeri Makassar pada tahun 2014. Berdasarkan tabel *Krejcie* dengan tingkat kesalahan 5%, maka total sampel dalam penelitian ini berjumlah 351 orang mahasiswa dari 4.114.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala psikologis. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala sebagai teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pernyataan tertulis pada subjek penelitian untuk dijawab. Skala yang diberikan kepada subjek penelitian berjumlah tiga skala, yaitu skala *Hardiness* dan strategi *coping* yang terdiri dari sub skala *Problem Focused Coping* (PFC) dan *Emotional Focused Coping* (EFC).

*Hardiness* dalam penelitian ini menggunakan skala *hardiness* berdasarkan aspek yang dikemukakan

oleh Kobasa (1982) yang meliputi beberapa aspek yaitu kontrol, komitmen, dan tantangan. Skala yang digunakan adalah skala yang diadaptasi peneliti dari skala Muhlisa (2013). Skala yang digunakan menggunakan skala likert dengan lima pilihan alternatif jawaban yaitu, sangat tidak setuju (STS), tidak setuju (TS), Netral (N), setuju (S), dan sangat setuju (SS). Strategi *coping* dalam penelitian ini diukur menggunakan skala strategi *coping* yang disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Lazarus (Aldwin dan Revenson, 1987)

Analisis data yang digunakan untuk melihat perbedaan antara *hardiness* dan strategi *coping* ditinjau dari jenis kelamin menggunakan *Mann Whitney U-Test*, yang perhitungannya dilakukan dengan bantuan program *SPSS 21.0 for Windows*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran deskriptif penelitian ini terdiri dari 360 orang mahasiswa yang terdiri dari 180 (50%) orang berjenis kelamin laki-laki dan 180 (50%) orang berjenis kelamin perempuan.

### 1. Perbedaan Hardiness laki-laki dan perempuan.

Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan *SPSS 21.0 for Windows*, menunjukkan bahwa skor rata-rata *hardiness* mahasiswa laki-laki yang sebesar 190,18 dengan hasil skor rata-rata *hardiness* mahasiswa perempuan yaitu sebesar 170,82. Sementara hasil uji hipotesis menggunakan *Mann-Whitney U-Test* diperoleh hasil signifikansi (2-tailed) atau probabilitas sebesar 0,077 yang diketahui lebih besar dari 0,05. Dengan hasil tersebut maka tidak terdapat perbedaan yang

signifikan *hardiness* antara laki-laki dan perempuan pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Negeri Makassar.

Berdasarkan hasil wawancara subjek penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir mempersepsikan skripsi bukanlah hal yang mengancam namun kadang kala menimbulkan stres, stres yang dirasakan saat skripsi yang dikerjakan tidak sesuai dengan apa yang diharapkan oleh pembimbing, topik penelitian yang selalu berubah, tidak menemukan teori yang tepat, kesulitan saat menghadapi proses bimbingan, tidak adanya kesesuaian antara pembimbing, sehingga membutuhkan waktu dan tenaga untuk menyatukan persepsi dengan pembimbing, adanya hambatan dalam proses administrasi penelitian.

Mahasiswa tingkat akhir mengerjakan skripsi dengan cara bertahap, pengerjaan dilakukan saat *mood* mulai mendukung dan stresor dari lingkungan begitu kuat seperti mengingat tuntutan dari orang tua, biaya pendidikan yang begitu mahal dan faktor internal seperti keinginan untuk meraih gelar sarjana.

Bartone dan Priest (2001) menjelaskan bahwa *hardiness* laki-laki memiliki hubungan dengan hasil kinerja, sedangkan *hardiness* perempuan memiliki hubungan dengan kesehatan. Shepperd dan Khasani (1991) menjelaskan bahwa laki-laki dan perempuan tidak menunjukkan adanya perbedaan dalam komponen *hardiness* dengan pengecualian bahwa perempuan menunjukkan tingkat komitmen lebih tinggi dari pada laki-laki. Laki-laki lebih kuat dibandingkan perempuan, selain itu tidak terdapat perbedaan *hardiness* ditinjau dari

perbedaan tingkat stress, meskipun hasil penelitian melaporkan bahwa laki-laki dan perempuan menunjukkan tingkat stress yang berbeda. Namun perbedaan tersebut sangatlah kecil sehingga tidak dapat menjelaskan hubungan antara komponen *hardiness* dan tingkat stress.

Tidak adanya perbedaan *hardiness* laki-laki dan perempuan juga menunjukkan bahwa baik laki-laki dan perempuan memiliki rutinitas yang sama yaitu fokus dalam mengerjakan skripsi, sehingga waktu dan tenaga hanya tercurah pada aktivitas yang sama yang mengakibatkan *hardiness* laki-laki dan perempuan berada dalam kategori yang sama yaitu sedang.

## 2. Perbedaan strategi *coping* laki-laki dan perempuan

Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan SPSS 21.0 for Windows, menunjukkan bahwa skor rata-rata strategi coping PFC laki-laki yaitu sebesar 134.46 sedangkan hasil skor rata-rata strategi coping PFC perempuan yaitu sebesar 119.48. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan rata-rata pemilihan strategi coping PFC antara laki-laki dan perempuan, sementara hasil skor rata-rata pemilihan strategi coping EFC laki-laki yaitu sebesar 50.81 sedangkan hasil skor rata-rata pemilihan strategi coping EFC perempuan yaitu sebesar 47.22.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pemilihan strategi coping EFC antara laki-laki dan perempuan pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Negeri Makassar. Hasil uji hipotesis menggunakan teknik Mann-Whitney U-Test yang diperoleh hasil signifikansi (2-tailed) atau probabilitas pemilihan strategi coping PFC sebesar

0,134 yang diketahui lebih besar dari 0,05. Sedangkan hasil signifikansi (2-tailed) atau probabilitas pemilihan strategi coping EFC sebesar 0,529 yang diketahui lebih besar dari 0,05. Hasil uji hipotesis tersebut menunjukkan bahwa baik laki-laki dan perempuan tidak menunjukkan perbedaan pemilihan strategi coping PFC dan EFC pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Negeri Makassar.

Hasil tersebut sesuai dengan aspek yang menyusun strategi coping PFC dan EFC ditinjau dari jenis kelamin, aspek PFC meliputi kehati-hatian, aksi instrumental dan negosiasi menunjukkan kecenderungan yang sama baik laki-laki dan perempuan, sementara aspek EFC meliputi pencarian makna dan menyalahkan diri sendiri menunjukkan kecenderungan digunakan secara bersama-sama baik laki-laki dan perempuan. Berdasarkan hasil wawancara subjek penelitian menunjukkan bahwa baik laki-laki dan perempuan cenderung melakukan prokras dalam mengerjakan skripsi, tindakan atau upaya yang dilakukan untuk menghadapi situasi stres adalah dengan cara melakukan pelarian diri dari situasi yang menimbulkan stres, aktifitas yang dilakukan meliputi bermain *game*, jalan-jalan ke Mall, nongkrong, atau aktif di media sosial. Hingga *mood* kembali membaik dan termotivasi lagi kembali untuk mengerjakan skripsi.

Hasil wawancara subjek yang telah melalui tahap proposal juga mendukung bahwa setelah melalui tahap seminar proposal kecenderungan untuk melakukan prokras begitu kuat. Stresor yang dirasakan juga bertambah seperti ketidaksiapan dalam melakukan penelitian, adanya ketidaksesuaian antara keinginan penguji dan

pembimbing, ketidaksiapan menghadapi perubahan metode penelitian setelah seminar proposal, terhambat dalam proses administrasi penelitian. Selain itu faktor internal meliputi rasa malas juga menjadi penghambat dalam mengerjakan skripsi.

### **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis penelitian yang diperoleh dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Tidak terdapat perbedaan hardiness antara laki-laki dan perempuan pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Negeri Makassar. Hal ini menunjukkan bahwa laki-laki dan perempuan memiliki tingkat hardiness yang sama yaitu kategori sedang dalam menyelesaikan berbagai macam tugas khususnya tugas skripsi yang umumnya dikerjakan oleh mahasiswa tingkat akhir.
2. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan terhadap pemilihan strategi coping pada mahasiswa laki-laki dan perempuan di Universitas Negeri Makassar, baik itu PFC ataupun EFC. Berdasarkan hasil data deskriptif baik laki-laki dan perempuan cenderung menggunakan strategi coping EFC.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Andarini, S. R. & Fatma, A. (2013). Hubungan antara distres dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam menyusun skripsi. *Talenta Psikologi*. Vol 11. No 2 (159-180).
- Aldwin, C. M. & Revenson, T. A. (1987). Does Coping Help? A reexamination of the Relation Between Coping and Mental Health. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol 53. No. 2 (337-348)
- Baron, R. A & Byrne. (2004). *Psikologi Sosial* (edisi 10th) Jilid 2. Jakarta: Gramedia.
- Bartone, P. T, & Priest, R, F. (2001) Sex differences in hardiness and health among West Point cadets. New York
- Brougham, R. R. Zail. C. M. Mendoza. C. M. & Miller. J. R. (2009). Stres, Sex Differences, and Coping Strategies Among College Students. *Curr Psychol*. 28:85-97. DOI 10.1007.
- Ganellen, R. J. & Blaney, P. H. (1984). Hardiness and Social Support as Moderators of the Effects of Life Stres. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 47 (1).156-163.
- Gianakos, I. (2002). Predictor of Coping With Work Stres:The Influences of Sex, Gender Role, Social Desirability, and Locus of Control. *Sex Roles*. Vol 46 No. 5/6. 149-158
- Kaur, J. (2011) Influence of Gender and School Climate on Psychological Hardiness among Indian Adolescents. *India*. Vol 5 (319-323).

- Kobassa, S. C. (1982). Commitment and Coping in Stress Resistance Among Lawyers. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 42. No. 4. 707-717.
- Kobasa, S. C., Maddi, S. R., & Kahn, S. (1982). Hardiness and Health: A Prospective Study. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 42. No. 1. 168-177.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal and Coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Maddi, S. R. (2013). *Turning Stressful Circumstances into Resilient Growth*. New York: SpringerBriefs in Psychology.
- Melisa. (2012). Hubungan Antara Tingkat Stress dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Bina Nusantara yang Sedang Mengerjakan Skripsi Pada Semester Genap 2011/2012. *Skripsi. Fak. Psikologi. Universitas Bina Nusantara*.
- Muhlisa. N. (2013). Hubungan antara Hardiness dengan optimis pada mahasiswa program studi arsitek jurusan teknik sipil dan perencanaan UNM Makassar. *Skripsi (tidak diterbitkan). Makassar. Universitas Negeri Makassar*.
- Nelson & Debra. L. (2002). *Gender work stress and health*. Washington: American Psychological Association.
- Rachmah, D. W. (2013) Hubungan Self-Efficacy Coping Stress dan Prestasi Akademik. *Jurnal Ecopsy*. Vol 1(1).
- Santrock, J. W. (1995). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup (edisi 5th)*. Diterjemahkan : Achmad Chusairi, Juda Damanik; Ed. Herman Sinaga, Yati Sumiharti. Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, E. P. (1998). *Health Psychology*. (5th ed). New York: John Wiley and Sons.
- Sari, R. I. (2013). Hardiness dengan Problem Focused Coping Pada Wanita Karir. *Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang. Journal Online Psikologi*. Vol 01.No. 02. 311-326.
- Schultz, D & Schultz, S. E (2002). *Psychology and work today (7th ed)*. New Jersey: Practice Hall.
- Shepperd, J. A. & Kashani. J. H. (1991). The Relationship of Hardiness, Gender, and Stress to Health Outcomes in Adolescent. *Journal of Personality*. Vol. 59. No. 4. 748-768.
- Struthers, C. W., Perry, R. P. & Menec, V. H. (2000). An Examination of The Relationship among Academic Stress, Coping, Motivation, and Performance in

- College. Research in Higher Education. Vol. 41. No. 5. 581-592.
- Soderstrom, M., Dolbier, C. Leiferman, J. & Steinhardt, M. (2000) The Relationship of Hardiness, Coping Strategies, and Perceived Stress to Symptoms of Illness. Journal of Behavioral Medicine. Vol. 23, No. 3. (311-328).
- Taylor, S. E. (2009). Health Psychology. Seventh edition. McGraw-Hill, Inc.
- Vogt, D. S., Rizvi, S. L., Shipherd, J. C. & Resick, P. A. (2008). Logitudinal Investigation of Reciprocal Relationship Between Stres Reactions and Hardiness.Society For Personality and Social Psychology. Vol. 34. No. 1. 61-74.

# **DIFFERENCES HARDINESS AND COPING STRATEGY BASED ON SEX IN STUDENTS AT THE END OF STATE UNIVERSITY MAKASSAR**

*Hamzah.S  
Ahmad  
Dian Novita Siswanti*

*Faculty of Psychology, State University of Makassar  
Jl. A. P. Pettarani, Makassar, 90222*

## **Abstrack**

Work on the thesis at the final level students susceptible to stress the selection of coping strategies that precisely define the success of students in doing thesis in addition to the required personality hardiness so that students showed orientation optimistic about things that cause stress, but in reality the final year of many faltered in his thesis , This study aims to determine differences in hardiness and coping strategies in terms of gender in the final year students at UNM. Sampling technique used in this study was accidental sampling with the number of respondents as many as 360 students. The research instruments were measured using a scale of hardiness and coping strategies. Data were analyzed using the Mann Whitney U Test comparison with the SPSS 21.0 for Windows. Results of the analysis indicate that the there is no difference hardiness and coping strategies PFC and EFC in terms of gender in the final year students at UNM. Hardiness in the final year students are in the category of being and coping strategies used tend to use the EFC.

**Kata kunci:** *Hardiness, Starategi Coping*

## **INTRODUCTION**

Students who are undergoing training at the college are required to complete the study within a predetermined time period. These demands can come from academic institutions, the demands of parents who wanted to see his son earned that can be proud of, claims costs of college, friends, faculty, and the desire of self. Demands or desires will influence the attitude of students to

complete the study in accordance with a predetermined time limit. However, in reality the students experienced the challenges and obstacles in the process of completion of the study period. Such constraints include laziness, the miscommunication with the supervisor, the difficulty of obtaining references, lack of infrastructure, lack of support, the inability to set the time, as well as any

other activities such as working part-time.

Students who feel burdened and ill at ease in workmanship thesis will experience stress. Hardjana (Andarini and Fatma, 2013) explains that stress is a personal experience, subjective and individual. Stress happens to an individual there are positive and negative. Negative stress is stress that is destructive and harmful to individuals, who then called distress. Negative stress can make lazy student working on a thesis, loss of motivation, delay workmanship thesis, to decide not to complete the thesis.

Melisa (2012) explains that students who are prone to stress thesis. The impact of stress on physical aspects and physiological aspects, such as loss of nafsu eating, excessive anxiety, and like to break the norm. These factors influence the process of student thesis that result they activate the body's response to fight and dodge, to make students spend a lot of energy that causes fatigue, both mentally and physically, this can cause stress that makes students perform procrastination. Academic procrastination behavior that appears on the student in the form of a delay to start and finish work on the task at hand, delays in doing the task, and the time gap between planned and actual performance. Taylor (2009) explains that the coping performed each student is different, some use Problem Focused Coping (PFC) to do with how to deal with the underlying causes of stress are directly and some are using Emotional Focused Coping (EFC) which more directed effort to maintain the balance of affection to regulate emotional responses to stressors that students feel better. Research conducted by.

Struthers, Perry and Menec (2000) explains that the 203 students showed that the coping behaviors of individual-oriented problem focused coping (PFC) and the emotional focused coping (EFC) affect the management of stress individuals, and also found that there is a relationship between stress coping with motivation learn. Individuals who can cope with stress more easily in learning so much more improved academic achievement. Shankland, Genolini, Frangka, Guelfi and Ionescu (Rachmah, 2013) explains that the individual is able to cope with the demands of being a student at the college showed the lack of anxiety, low depressive symptoms, greater life satisfaction and better academic achievement. Penelitian yang dilakukan oleh Gianakos (2002) in 208 people consisting of 154 men and 54 women overall participant backgrounds working class, show that men are more likely to drink alcohol as a form of coping is used, whereas in women using problem-solving strategies are directly. Nelson and Debra (2002) explains that the PFC reducing emotional distress and negatively related to depression, while the EFC increase emotional distress, and positively associated with depression. Men tend to use PFC coping strategy that includes planning, rationalizing actions, think positive and persistent, self-adaptation and self-development. Instead women are using coping strategies EFC includes self-blame, and full of hope. Research conducted by Brougham, Zail, Mendoza and Miller (2009) in the number of subjects 166 students, each consisting of 70 male subjects and 96 female subjects, the results show that girls have a higher level Stress than men. The use of



coping strategies used is the EFC. But the study also shows that the EFC coping strategies used by men and women dominated problem-solving strategies..

Vogt, Rizvi, Shipherd and Resick (2008) explains that the construction hardiness as personality reflect an orientation more optimistic about things that cause stress. Ganellen, Ronald and Paul, (1984) suggested that the hardiness be considered as a form of mental attitude which can reduce the effects of stress physically and mentally on the individual.

Nowack (Sari, 2013) explains that basically there is support coping style, hardiness, and health status on the subject of professional workers, these findings prove that the coping style and hardiness has some influence on the health status of an individual, so it can be concluded that coping style and hardiness predictors and influence each other in view of the health of individuals. Shepperd and Kashani (1991) found that 150 teens each 50% of men and 50% of women showing men stress is lower in some of the physical and psychological symptoms, but apart from the aspect of commitment and control, men are more vulnerable to stress because more find a problem in their lives. While women are not influenced by stress in terms of predicting health. The study also showed that women were higher commitment in the face of stress

Based on the research results and the phenomenon the researcher interested to differentiate election hardiness and coping strategies in both men and women especially those in their final year.

## LITERATURE REVIEW

### A. *Hardiness*

Kobasa (1982) explains that hardiness is a favorable constellation of individual personality to deal with stressors in our daily lives. Santrock (1995) explains that the individual hardiness is a personality style characterized by aspects of commitment, control, and perception of the problems as challenges. Schultz and Schultz (2002) explains that individuals with high levels of hardiness has the attitude that makes people better able to fight the subjective perception. While individuals who have low hardiness have doubts about the ability to control the situation.

Bartone and Priest (2001) explains that the hardiness of men have the relationship with performance results, while the hardiness of women have the relationship with health. Shepperd and Khasani (1991) explains that men and women did not show any difference in hardiness components with the exception that women show a higher level of commitment than in men. Men are stronger than women, except that there is no difference in terms of hardiness perbdaan stress levels, although the results of the study reported that men and women show different stress levels. But the difference is so small that it can not explain the relationship between the components of hardiness and stress levels.

Kaur (2011) explains that basically men and women do not have the differences in hardiness only. Just hardiness in men and women show the same commitment, the men showed the

attitude better control than women, as well as

aspects of the challenges tend to be more strongly felt by men than women. Soderstrom, Dolbier, Leiferman and Steinhardt (2000) explains that the difference in hardiness in terms of the gender differences are not consistent, hardiness differences due to differences in coping strategies used both men and women. Men tend to use coping strategies PFC that showed higher levels of hardiness than women with low levels of hardiness due to the use of coping strategies lead to the EFC.

This is supported by Wiebe and Williams (Soderstrom, Dolbier, Leiferman, & Steinhardt, 2000) explains that men and women use different coping strategies to deal with stressful situations. Based on the theory suggests that men tend to use PFC coping strategies in the face of stressful situations so that the hardiness of men is higher than women who hardinessnya low because coping strategies used in dealing with stressful situations lead to the use of coping strategies EFC.

Results of the above discussion the researchers concluded that hardiness is a personality attached to the individual in an attempt to deal with stress in which there are aspects of commitment, control and challenge

Kobasa (1982) explains that there are several aspects that make up personality hardiness as follows:

#### 1. Control

Control is a tendency to believe that individuals can change the situation. Kobasa, Maddi and Khan (1982) suggested that individual controls can be measured through each individual event that bypassed. Control also includes a responsibility that tends

to accept and believe that the individual can control and affect an event to experience when dealing with things that are unexpected, individuals with high control skills to solve the problem with the right response. Individuals who have high control will be more optimistic with things outside himself. As for the individuals who terasis usually easily tired of the tasks to be done by the individual. Individual feel insignificant and subsequently withdrew.

#### 2. Commitment

Commitment is a process for individuals to be directly involved in various activities and events in their lives. Individuals who have a strong commitment is sincerely interested and involved in any keadalam that is being done. Have a reasonable feeling would require it to identify and give meaning to every event and everything that exists in their environment.

#### 3. Challenges

The challenge is the tendency to look at the changes in his life as normal and be able to anticipate these changes as a stimulus that is very useful for the development of the individual. Individuals who have the character of challenges tend to see life as a challenge that is fun and dynamic, as well as have the will to go forward.

### **STRATEGY COPING**

Baron and Byrne (2004) explains that coping is a form of response given individual in addressing the problem, the response is based on what is perceived and thought of as an attempt to control, tolerate and reduce the negative effects of the problems encountered. Taylor (2009) explains that the coping is part of behavior or the ideas that are used in an attempt to

control the internal and external demands obtained from stressful situations.

## **SHAPE CLASSIFICATION AND COPING**

Folkman and Lazarus (Sarafino, 1998) generally distinguish the shape and function of coping in two classifications, namely:

### **1. Problem Focused Coping (PFC)**

Forms of stress coping focused on efforts to reduce the pressure faced in a situation filled with takanan, in other words the use of coping focused on the problem as an effort to cope with stress by studying how or skills that are relatively new. The use of this coping strategy is used when an individual has the belief that the demands of the situation at hand can be changed.

Lazarus (Aldwin and Revenson 1987) explained that the aspects that show oriented strategy focused coping problems, namely:

#### **a. Cautiousness**

Individuals were cautious before deciding something and not rush in to solve the problem, but by thinking carefully and consider some alternative solutions are possible, ask for the opinions of others, and evaluate strategies that have been used.

#### **b. Instrumental Action**

Individuals perform actions that lead to a direct settlement, as well as the plan of the steps that will be performed.

#### **c. Negotiation**

Individuals face the problem by means of negotiations and compromise with situations that are considered to have a positive side to problem solving or approaching another person involved or the

cause of the problem being faced, to take part to think and settle disputes.

### **2. Emotion Focused Coping (EFC)**

EFC is a form of coping that focused on the regulation of emotional responses to stressful situations. The approach used when using EFC forms include behavioral and cognitive. The use of two different if behavioral approaches include the use of addictive substances, drugs, alcohol, looking for emotional support or follow the activities that can distract people from the problems encountered. In contrast to the cognitive approach involving cognitive function in solving problems, individuals who use this approach uses redefine to stressful situations, such as making a comparison with other individuals who experienced a negative situation and see a positive situation out of a problem. Individuals tend to use this strategy due to the more efficient or a slight change to change the conditions that suppress. The following aspek yang EFC coping strategy:

#### **a. Escapism**

Individuals do not face the problem directly, but avoid the problems that have to do with the runaway emotion, fantasize, imagine a situation that is more fun or eat, sleep, smoking excessively.

#### **b. Minimalization**

Individuals considered as if the problems encountered much lighter, or deliberately ignoring and silencing the problem or even regarded as if no problem, let go and do not care about the environment.

#### **c. Self blame or blame**

Individuals face a problem with blaming and punishing yourself and regret what has happened.

d. Seeking meaning

Individuals face a problem with finding meaning failures experienced by beliefs or values espoused, in addition to arguments or pembernaran.

Based on the above explanation can be concluded that individuals who use coping strategies PFC using measures that are solving problems faced directly to its conclusion that the individual is able to be free of problems diadapi, unlike the coping strategies EFC by individuals to carry out the reaction an emotional to stressors facing so problems encountered are not resolved completely, but the effects are temporary.

### **DIFFERENCES HARDINESS AND COPING STRATEGIES IN TERMS OF GENDER**

Students as human resources will be terjung community run social function as agents of change will be faced with various tuntutan and social role that will be assumed by so students should be able to have a quality competence, competitiveness, hardiness and coping strategies in sharing problems encountered. It is appropriate that dictated by Maddi (2013) explains that hardiness is a personality that develops early, relatively stable over time, and serve as a source of power that provides the ability for individuals to survive in unfavorable conditions and including the events perceived stressful for the individual.

Lazarus and Folkman (1984) explains that individuals with high levels of hardiness tend to be more able

to maintain health in stressful situations. When facing challenges and difficult time in life, individuals who possess a high degree of hardiness will have the physical and mental state are healthier because they have a more positive assessment of the stressors encountered, and survive to make progress in a negative situation though.

Kaur (2011) explains that the hardiness to distinguish the individual in the face of stress resistance which includes a constellation of three interrelated factors of control, commitment and challenge. Hardiness to protect against the negative effects of stress by affecting judgment and coping processes used individual. Individuals who possess hardiness use transformational coping when faced with stressful situations by changing cognition and behavior. The goal is to solve the problem by reconstructing the individual mind back pemikiran positive, broaden perspectives, trying to understand as possible, determine the action to be taken, and seek emotional support. Individuals who have a low level of hardiness tend to use regressive coping, such as avoiding cognition and behavior of individual reactions to stressful events. Differences in coping styles have caused more individuals hardiness survive in stressful situations than individuals with less hardiness. Puspasari (Sari, 2013) explains that hardiness was also shown to associate the spirit in individuals with strategies (Problem Focused Coping) PFC and (Emotional Focused Coping) EFC to cope with events filled with stress, such mechanisms include efforts to reduce the amount of experience full psychological stress and to support the

creation of a healthy personality in individuals for a long time.

Billing and Moss (Sari, 2013) explains that individuals who tend to use PFC in dealing with certain stressful situations, indicating lower levels of depression both during and after stressful situations. Of course the smaller individuals whose depression will find it easy to use PFC. Long-term studies show that PFC coping strategies can lead to shorter periods of depression, even when taking into account the level of initial depression. Besides therapy teaches depressed individuals to use the problem focused strategies are effective in helping individuals overcome depression and more adaptive to react to stressors by

Nezo, Nezu and Perri (Sari, 2013). Individuals who have the hardiness personality will be more resilient, optimistic and positive in dealing with any problems or stressors. Hardiness personality will affect how individuals in the face and resolve any issues or problems encountered. Hardiness personality will tend to see problems as a challenge that must be resolved and dealt with. This will allow individuals tend not to procrastinate in solving the problem, so trying to resolve the problem directly.

## **METHOD**

The independent variable in this study is the hardiness is a set of properties that describe the mindset, feelings and actions of individuals to be able to adjust, confident, not easily give up and look at each situation is considered positive full of stress and pressure.

Other independent variables in this study is 2. Coping Strategies is an

attempt or a series of actions taken by the individual in the face of stressful situations to reduce or eliminate stress

The population in this study is a graduate student at the State University of Makassar, which consists of 9 faculties with a number of 4,114 students enrolled in BAAK Makassar State University in 2014. According to the table Krejcie with an error rate of 5%, then the total sample in this study amounted to 351 people students from 4114.

Data collection techniques in this study using psychological scale. Collecting data in this study using the scale as data collection techniques done by giving a set of statements written on the subject of research to be answered. Scale given to research subjects of three scale, the scale of hardiness and coping strategies are composed of sub-scale Problem Focused Coping (PFC) and Emotional Focused Coping (EFC).

Hardiness in this study using the hardiness scale based on aspects proposed by Kobasa (1982), which includes several aspects: control, commitment and challenge. The scale used is the scale adapted from the scale Muhlisna researchers (2013). Scale used using a Likert scale with five alternative answers that choice, strongly disagree (STS), disagree (TS), Neutral (N), agree (S), and strongly agree (SS). Coping strategies in this study was measured using a scale of coping strategies compiled by researchers based aspects put forward by Lazarus (Aldwin and Revenson, 1987)

Analysis of the data used to see the difference between hardiness and coping strategies in terms of gender using the Mann Whitney U-Test, the

calculation is performed with SPSS 21.0 for Windows.

## RESULTS AND DISCUSSION

Deskriptif overview of this research consisted of 360 students consisting of 180 (50%) the sex male and 180 (50%) of the respondents were women.

1. The difference in hardiness of men and women.

Based on calculations using the SPSS 21.0 for Windows, showed that the average score hardiness male students were at 190.18 with an average score results hardiness female students in the amount of 170.82. While the results of hypothesis testing using the Mann-Whitney U-Test results obtained significance (2-tailed) or a probability of 0.077 that is known to be greater than 0,05. Dengan these results then there is no significant difference in hardiness between men and women in the student final degree at the State University of Makassar.

Based on the interview subject of research suggests that the final year students perceive thesis is not threatening but sometimes stressful, the stress that is felt when the thesis is done not in accordance with what is expected by the supervisor, research topics are always changing, did not find the correct theory, the current difficulties facing the guidance process, a lack of compatibility between the mentor, so it takes time and effort to unify the perception of the supervisor, the research bottlenecks in the administrative process.

A graduate student working on a thesis with a gradual manner, the work is done when the mood began to support and stressors of the

environment is so strong as in view of the demands of parents, the cost of education is so expensive and internal factors such as the desire to achieve a college degree.

Bartone and Priest (2001) explains that the hardiness of men have the relationship with performance results, while the hardiness of women have the relationship with health. Shepperd and Khasani (1991) explains that men and women did not show any difference in hardiness components with the exception that women show a higher level of commitment than in men. Men are stronger than women, except that there is no difference in terms of hardiness perbdaan stress levels, although the results of the study reported that men and women show different stress levels. But the difference is so small that it can not explain the relationship between the components of hardiness and stress levels.

No difference hardiness men and women also showed that both men and women have the same routine that is focused in working on the thesis, so that time and effort just devoted to the same activity which resulted haridiness men and women are in the category the same that was.

1. Perbedaan strategi *coping* laki-laki dan perempuan

Based on calculations using the SPSS 21.0 for Windows, showed that the average score PFC coping strategies of men that is equal to 134.46 while the result of the average score PFC women coping strategy that is equal to 119.48. The results showed that there were significant differences in the average election PFC coping strategies between men and women, while the average score results EFC

coping strategy selection of men that is equal to 50.81 while the average score of the results of the election EFC women coping strategy that is equal to 47.22.

The results showed that there was no significant difference in the selection of coping strategies EFC between men and women in senior at the State University of Makassar. Results of hypothesis testing using the technique of Mann-Whitney U-Test results obtained significance (2-tailed) or the probability of selecting a coping strategy for 0.134 known PFC greater than 0.05. While the results of significance (2-tailed) or the probability of selecting a coping strategy for 0.529 known EFC is greater than 0.05. The hypothesis test results showed that both men and women showed no difference in the selection of coping strategies PFC and EFC at final year students at the State University of Makassar.

These results are in accordance with aspects of the strategy coping PFC and EFC in terms of gender, aspect PFC includes prudence, the action of instrumental and negotiations show trends similar both men and women, while aspects of the EFC includes the search for meaning and blame themselves show the tendency to use together both men and women. Based on the interview subjects showed that both men and women tend to perform prokras in working thesis, actions or efforts made to deal with stressful situations is to make escape from stressful situations, activities undertaken include playing games, street- the road to the Mall, hanging out, or are active in social media. Until now improved mood and motivated again returned to work on the thesis.

Results of interview subjects who had been through the proposal stage also mendukung that after the seminar stage proposal prokras tendency to do so strong. Perceived stressors also increased as the unpreparedness of doing research, the discrepancy between the desire testers and counselors, unpreparedness to face changes in research methods after the seminar proposal, hampered in the process of research administration. In addition to internal factors include laziness also become an obstacle in doing thesis.

### **CONCLUSION**

Based on the analysis results obtained can be concluded as follows:

1. There hardiness differences between men and women in senior at the State University of Makassar. This suggests that men and women have the same level of hardiness that category are in various tasks, especially the thesis that the task usually done by a graduate student.
2. There is no significant difference to the selection of the student coping strategies of men and women in the State University of Makassar, either PFC or EFC. Based on the results of descriptive data both men and women tend to use coping strategies EFC.

### **BIBLIOGRAPHY**

- Andarini, S. R. & Fatma, A. (2013). Hubungan antara distres dan dukungan sosial dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam menyusun skripsi. *Talenta Psikologi*. Vol 11. No 2 (159-180).

- Aldwin, C. M. & Revenson, T. A. (1987). Does Coping Help? A reexamination of the Relation Between Coping and Mental Health. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol 53. No. 2 (337-348)
- Baron, R. A & Byrne. (2004). *Psikologi Sosial* (edisi 10th) Jilid 2. Jakarta: Gramedia.
- Bartone, P. T, & Priest, R, F. (2001) Sex differences in hardiness and health among West Point cadets. New York
- Brougham. R. R. Zail. C. M. Mendoza. C. M. & Miller. J. R. (2009). Stres, Sex Differences, and Coping Strategies Among College Students. *Curr Psychol*. 28:85-97. DOI 10.1007.
- Ganellen, R. J. & Blaney, P. H. (1984). Hardiness and Social Support as Moderators of the Effects of Life Stres. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 47 (1).156-163.
- Gianakos, I. (2002). Predictor of Coping With Work Stres:The Influences of Sex, Gender Role, Social Desirability, and Locus of Control. *Sex Rolex*. Vol 46 No. 5/6. 149-158
- Kaur, J. (2011) Influence of Gender and School Climate on Psychological Hardiness among Indian Adolescents. *India*. Vol 5 (319-323).
- Kobassa, S. C. (1982). Commitment and Coping in Stres Resistance Among Lawyers. *Journal of Personality and Social Psychology*.Vol. 42. No. 4. 707-717.
- Kobasa, S. C., Maddi, S. R., & Kahn, S. (1982). Hardiness and Health: A Prospective Study. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 42. No. 1. 168-177.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stres, Apraisal and Coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Maddi. S. R. (2013). *Turning Stresful Circumstances into Resilient Growth*. New York: SpringerBriefs in Psychology.
- Melisa. (2012). Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Bina Nusantara yang Sedang Mengerjakan Skripsi Pada Semester Genap 2011/2012. Skripsi. Fak. Psikologi. Universitas Bina Nusantara.
- Muhlisa. N. (2013). Hubungan antara Hardiness dengan optimis pada mahasiswa program studi arsitek jurusan teknik sipil dan perencanaan UNM Makassar. Skripsi (tidak diterbitkan). Makassar. Universitas Negeri Makassar.
- Nelson & Debra. L. (2002). Gender work stres and health.



- Washington: American Psychological Association.
- Rachmah, D. W. (2013) Hubungan Self-Efficacy Coping Stres dan Prestasi Akademik. *Jurnal Ecopsy*. Vol 1(1).
- Santrock, J. W. (1995). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup* (edisi 5th). Diterjemahkan : Achmad Chusairi, Juda Damanik; Ed. Herman Sinaga, Yati Sumiharti. Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, E. P. (1998). *Health Psychology*. (5th ed). New York: John Wiley and Sons.
- Sari, R. I. (2013). Hardiness dengan Problem Focused Coping Pada Wanita Karir. *Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang. Journal Online Psikologi*. Vol 01.No. 02. 311-326.
- Schultz, D & Schultz, S. E (2002). *Psychology and work today* (7th ed).New Jersey: Practice Hall.
- Shepperd, J. A. & Kashani. J. H. (1991). The Relationship of Hardiness, Gender, and Stres to Health Outcomes in Adolescent. *Journal of Personality*. Vol. 59. No. 4. 748-768.
- Struthers, C. W., Perry, R. P. & Menec, V. H. (2000). An Examination of The Relationship among Academic Stres, Coping, Motivation, and Performance in College. *Research in Higher Education*. Vol. 41. No. 5. 581-592.
- Soderstrom, M., Dolbier, C. Leiferman., J. & Steinhardt, M. (2000) The Relationship of Hardiness, Coping Strategies, and Perceived Stress to Symptoms of Illness. *Journal of Behavioral Medicine*. Vol. 23, No. 3. (311-328).
- Taylor, S. E. (2009). *Health Psychology*. Seventh edition. McGraw-Hill, Inc.
- Vogt, D. S., Rizvi, S. L., Shipherd, J. C. & Resick, P. A. (2008). Logitudinal Investigation of Reciprocal Relationship Between Stres Reactions and Hardiness.Society For Personality and Social Psychology. Vol. 34. No. 1. 61-74.